

Pasyvaus rūkymo grėsmė ir žala

Pasyviuoju rūkymu vadinamas kvėpavimas tabako dūmais užterštu oru. Degančios cigaretės dūmai, patekę į aplinką, **kenkia labiau, nei dūmai per filtrą įtraukiami į plaučius**. Žmogus, vieną valandą pabuvęs prirūkytoje patalpoje, patiria tiek žalos sveikatai, kaip surūkęs 15 cigarečių.



Tabako dūmams ypač jautrūs vaikai. Jie dažniau serga:

astma;



kvėpavimo takų infekcinėmis ligomis;



vidurinės ausies uždegimu;



staigios kūdikių mirties sindromas taip pat yra susijęs su pasyviu rūkymu.



Tretinis rūkymas – tai **įkvėpimas** arba **absorbavimas** per odą **kenksmingų medžiagų, iš cigarečių dūmų, nusėdusių ant baldų, kilimų, sienų, drabužių, plaukų ar odos, joms vėl patekus į orą**.

Rūkymo metu cigarečių dūmuose esančios toksinės medžiagos nusėda ant patalpose esančių paviršių, rūkančiojo plaukų, odos ir drabužių. Toksinams kaupiantis ir reaguojant su oru jie gali keistis ir tapti **kancerogeninėmis medžiagomis**.

Su didžiausia tretinio rūkymo rizika susiduria **vaikai**, kurie ropodami liečia įvairius paviršius, **kiša rankas į burną**, todėl turi didžiausią sąlytį su patalpoje esančiais paviršiais.

